

Levend verlies

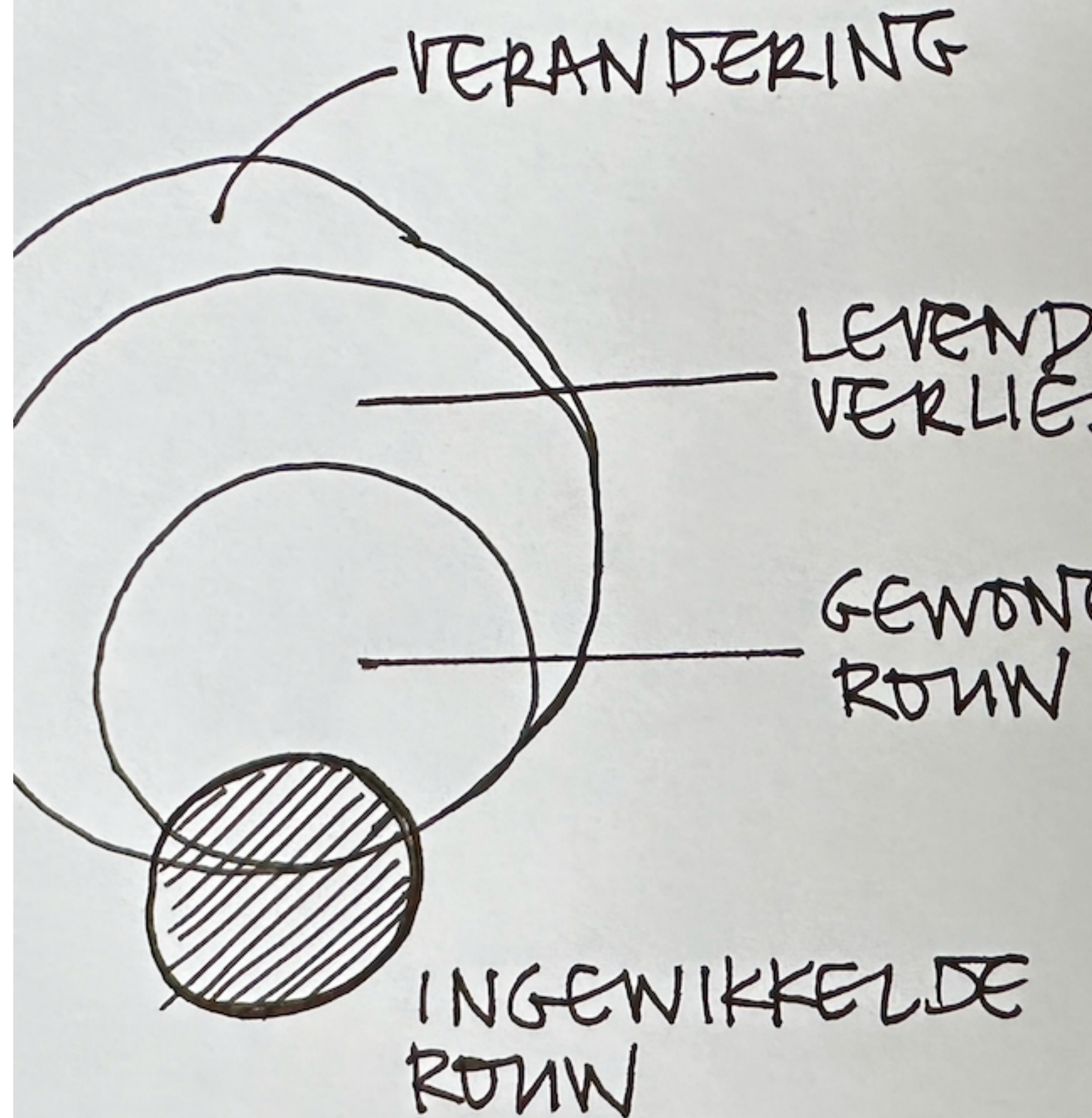
simon.hogerzeil@socialeacademieutrecht.nl

<https://boxoffrogs.substack.com>

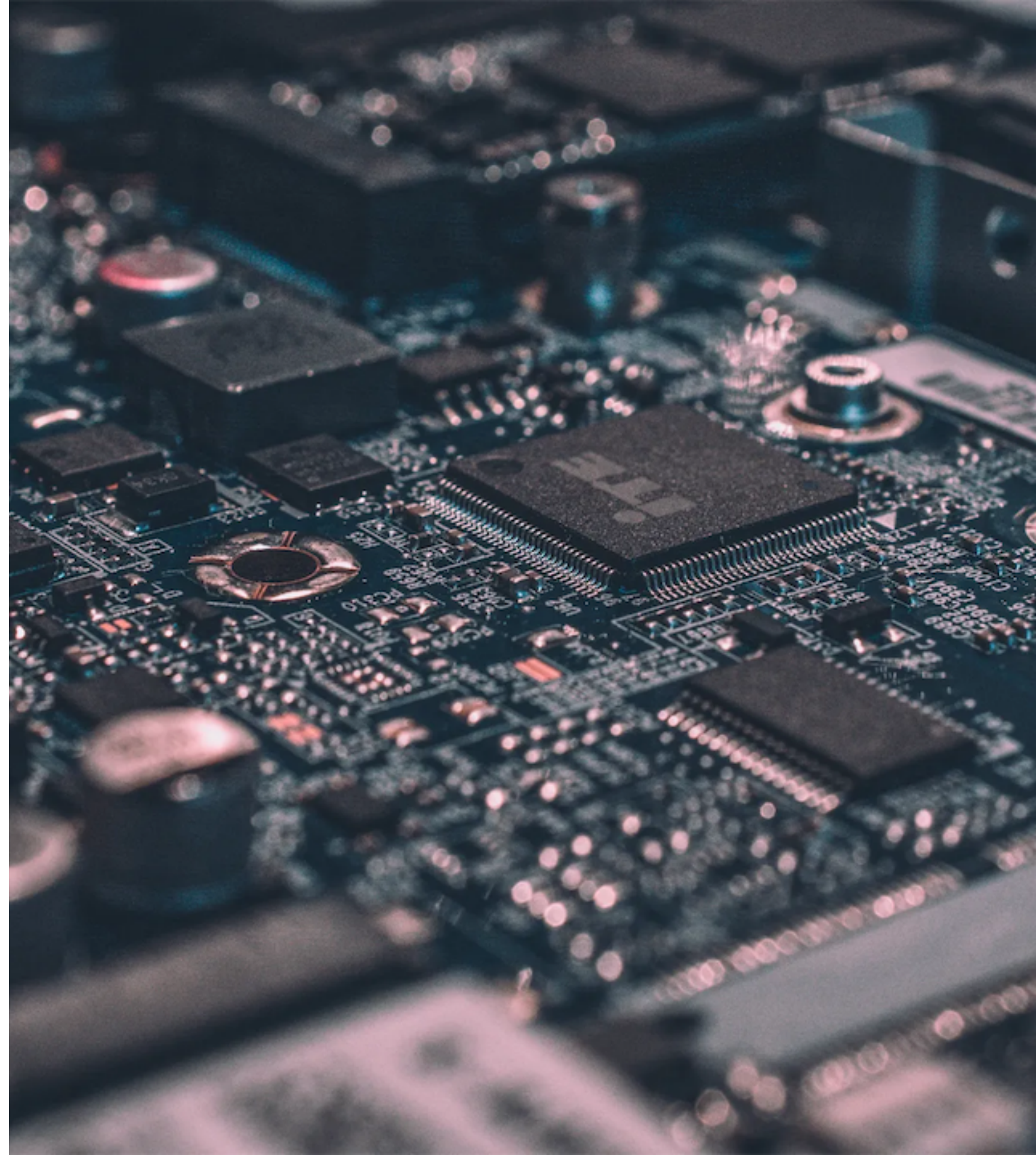
**Rouw is geen
medische stoornis
in de zin van
'schadelijke
biologische
dysfunctie'.**



**Levend verlies is
een variant van
aanpassing.**



**Voor aanpassing
maakt de mens
gebruik van
reguliere hardware
en software.**



**Grote
aanpassingen doen
groot beroep op
onze veerkracht**



Presentie

Proces

Procedure

1. Presentie



***Er is een groot verschil tussen de Ik-Het
relatie en de Ik-Jij relatie. Pas in contact
met een Jij kun je Ik worden.***

— Martin Buber (1923)

***Ik heb ontdekt dat er van een relatie meer
kracht uitgaat naarmate ik meer echt,
meer invoelend en meer aanvaardend bij
de ander aanwezig kan zijn.***

— Carl Rogers (1954)

***Ik heb geen oplossingen, maar kan je wel
trouw vergezellen. Of het goed komt? Ik
weet het niet en hoef het niet te weten,
maar we houden elkaar vast en ik vergeet
niet dat je een mens bent net zoals ik.***

— Andries Baart (2024)

***... opeens drong het tot me door welke eigenschap
een mens tot een waarlijk groot persoon maakt—
vooral in de literatuur— en die Shakespeare in
zo'n enorme mate bezat: ik bedoel negatieve
capaciteit, dat wil zeggen: het vermogen om te
verkeren in onzekerheden, mysteries en twijfels,
zonder geïrriteerd te grijpen naar feiten en
redeneringen...***

—John Keats (1817)

Holding Scaffolding



2. Proces



Timmeren

Don't just sit there, do something!

Tuinieren

Don't just do something, sit there!

Dual Process Model¹

- pendelbeweging
- verlies oriëntatie
- herstel oriëntatie

¹ Hansell, N. (1976). The person-in-distress: On the biosocial dynamics of adaptation. Human Sciences Press.



Hoe eet je een olifant?

Surface S
outer side δy

cross section

Define elephant by the function $P(x,y,z); Q(x,y,z)$
then Volume $E = \iiint_S z \, dx \, dy \, dz$

[Green's theorem in three dimensions]
$$\iiint_S (P \, dy \, dz + Q \, dz \, dx + R \, dx \, dy) = \iiint_E \left(\frac{\partial P}{\partial x} + \frac{\partial Q}{\partial y} + \frac{\partial R}{\partial z} \right) dx \, dy \, dz$$

for $P=x$ we get $\iiint_S x \, dy \, dz$

elephant? δx

elephant: -

howdah?

lists elephanting

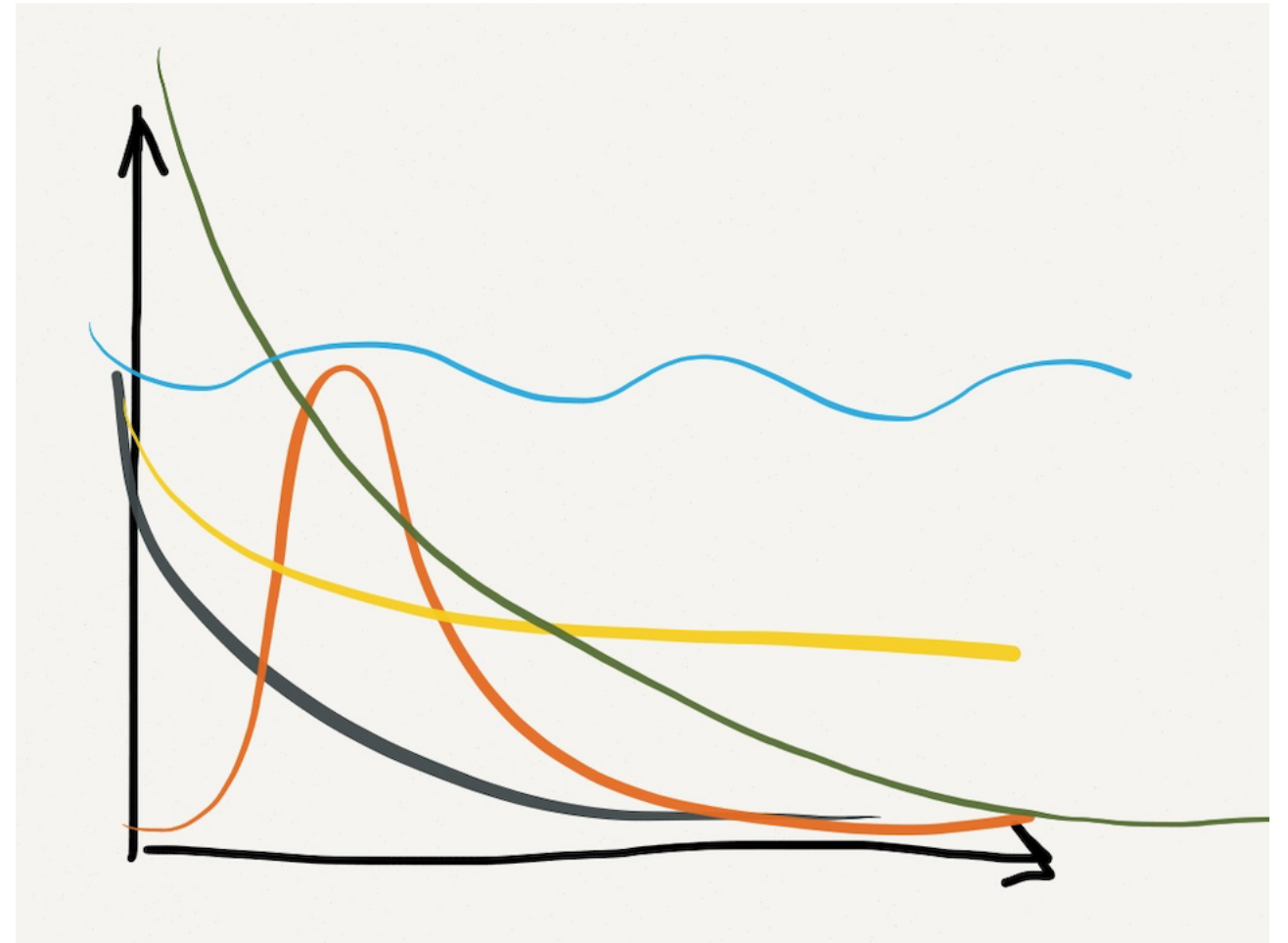
$x = a^{\log_a x}$

a logarithm is an exponent which defines to what power the base a must be raised in order to give x , called the antilogarithm.

Dirk de Wachter pleit voor de 'kleine goedheid' (1998)

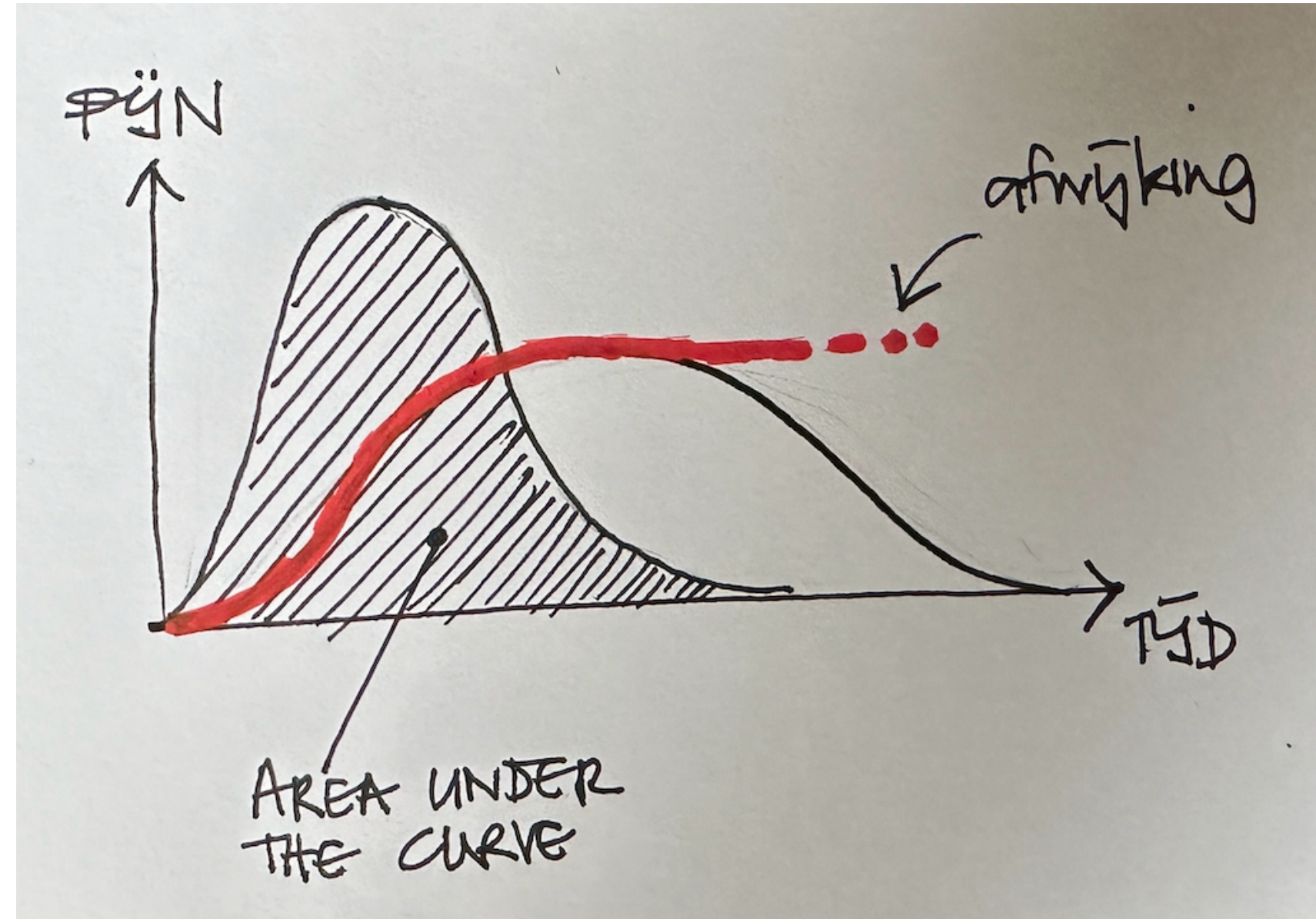
Hiermee bedoel ik een ervaren verantwoordelijkheid van de één naar de ander, met als streven om mensen tot hun recht te laten komen. Hierbij wordt steeds rekening gehouden met degene om wie het gaat, met elke concrete situatie, met elke casus. Juist de onherleidbare en onherhaalbare uniciteit is belangrijk en niet de exemplarische toepassing van algemene principes. Het adjectief 'klein' duidt op het concrete, bescheidene, pretentieloze in de hulp.

**Normale trajecten
zijn niet normaal**



Area under the curve

Ervaren hulpverleners hebben vaak een soort 'typisch beloop' als interne referentie. En een 'niet pluis' gevoel als hiervan wordt afgeweken.



3. Procedure



Onvolledige lijst van ingrediënten voor geslaagde aanpassing:

- Stressregulatie
- Emotieregulatie
- Slaap en lichamelijk herstel
- Lichamelijke en neurologische gezondheid
- Veilige hechtingsrepresentatie
- Zelfcompassie en affecttolerantie
- Narratief vermogen en betekenisgeving
- Probleemoplossend vermogen
- Cognitieve flexibiliteit en aandacht
- Sociale vaardigheden en steun
- Zingeving en waardenoriëntatie
- Gevoel van identiteitscontinuïteit

Tweede orde denken — **wat verstoort
de randvoorwaarden?**

Kip of ei?

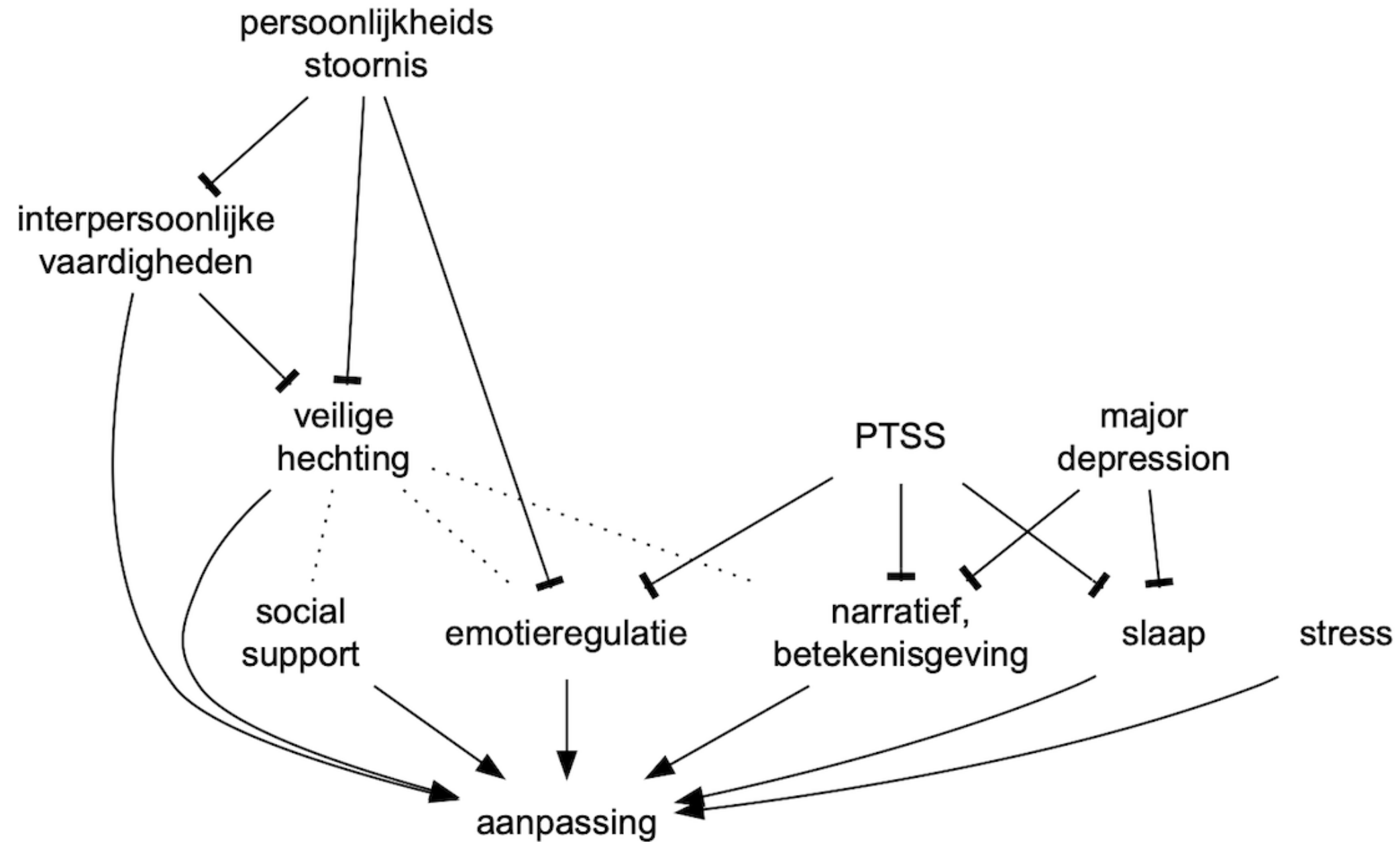
This keeps happening. How heavy are cats?



Verwarrende verbanden

- associatie | oorzakelijk verband
- omgekeerde causaliteit
- tussenliggende factor
- gemeenschappelijke oorzaak
- selectie effecten

Een web voor oorzaken en gevolgen



ICS analyse

Impact

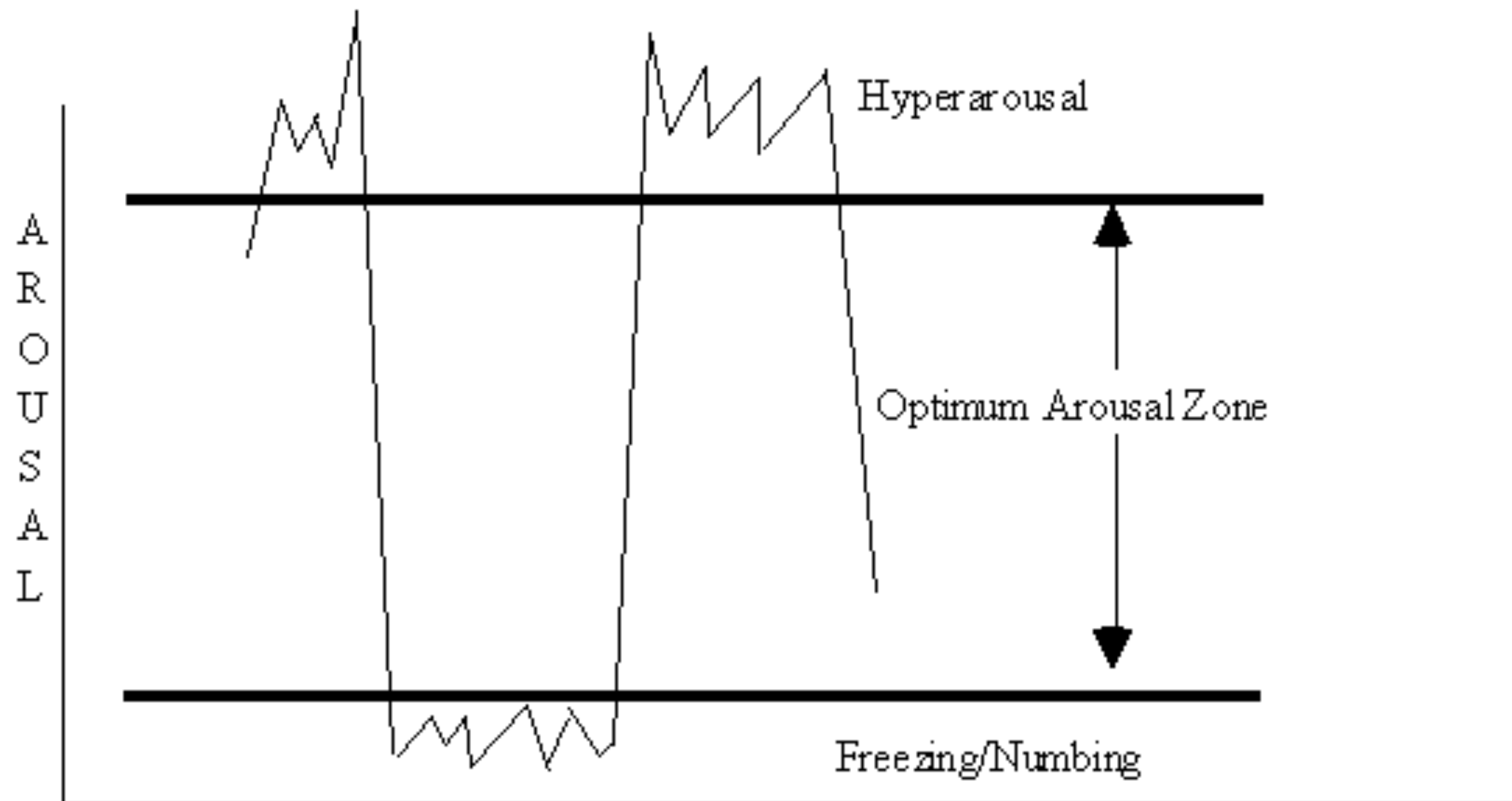
Coping

Support

Draagkracht en draaglast



Window of tolerance

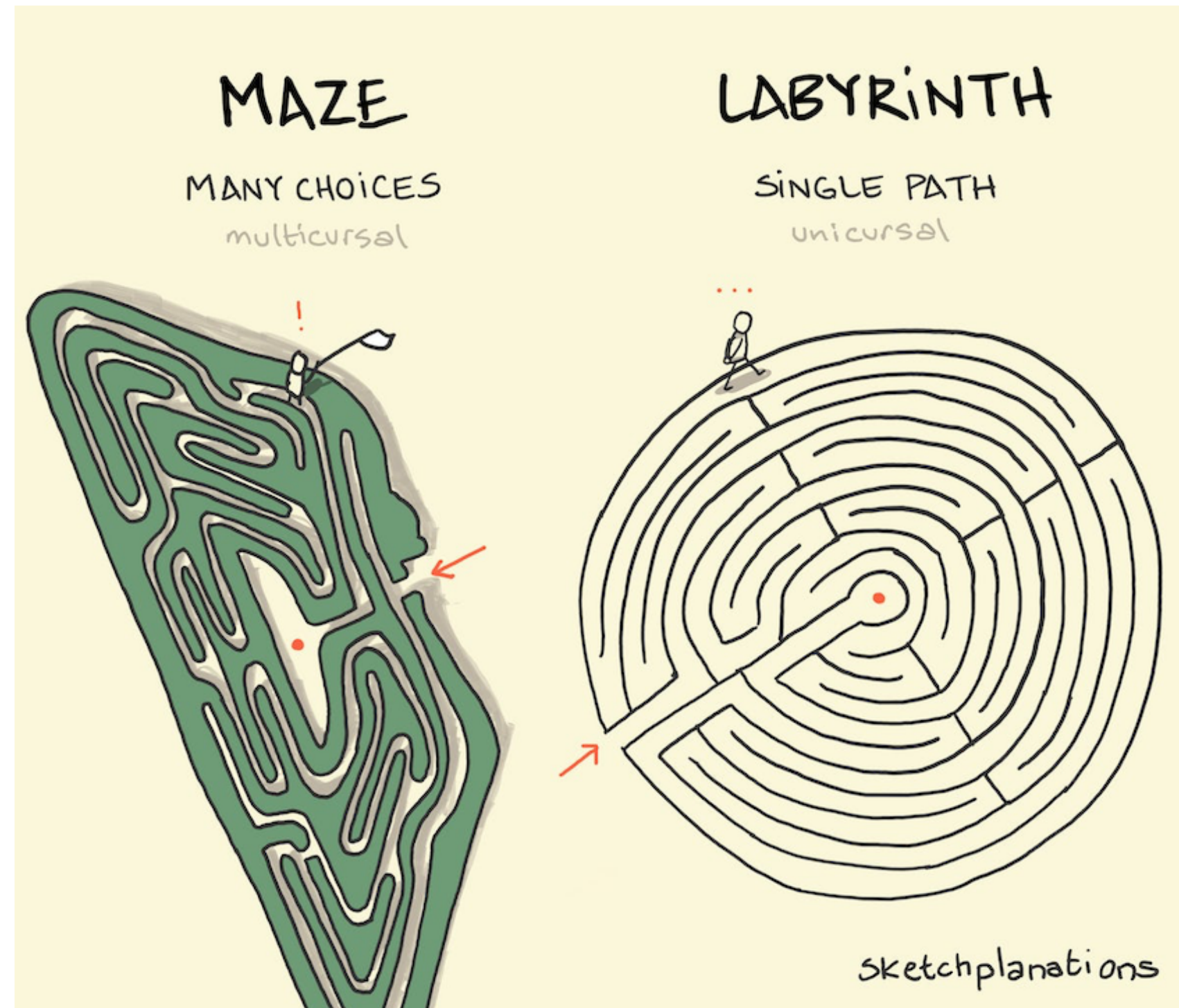


Wel of niet voorbereid zijn op het verlies

- Emotioneel vrede hebben met het verlies
- Pragmatisch (e.g. begrafenis regelen)
- Informatie (e.g. medische aspecten)
- Je kunt 2/3 voorbereid zijn en toch overvallen worden

De persoon in crisis¹

- Biologisch adaptief
- Brainstorm
- Denken, geheugen, identiteit, hechting, gedrag etc.
- Crisis signalen



¹ Hansell, N. (1976). The person-in-distress: On the biosocial dynamics of adaptation. Human Sciences Press.

Traumatisch verlies

- 3 V's: violent, violation, volition
- Buiten het referentiekader
- Verwoestend voor basisschemas over de wereld
- Hechtingsreactie + posttraumatische reactie
- Negatieve invloed van justitie & media



LIFE IS
ABSURD

Differentiaal diagnose

- Rouw
- Depressie
- Trauma
- Persoonlijkheid



Leestip:

Allen Frances (2013) *Psychiatrische Diagnostiek, de essentie*

Bespreekt in meer detail welke symptomen werkelijk typisch zijn voor een psychiatrische diagnose, en welke symptomen weinig informatief zijn, of zelfs kunnen leiden tot een onterechte diagnose.

Allen Frances

Psychiatrische
diagnostiek

DE ESSENTIE

Gewoon verdriet

- Getriggerd door omgeving
- Grofweg proportioneel aan het verlies
- Eindigt direct bij ongedaan maken of geleidelijk bij verwerking
- Verwerken = hervinden van psychologisch en sociaal evenwicht

Gewone rouw

- Duaal proces model (Stroebe and Schut 1999)
- Vier taken (Worden 2009)
- Zes R-processen (Rando 1993, 2012)

Ingewikkelde rouw

- Een extreme stress- en hechtingsreactie
- Bij traumatisch verlies
- Bij grote impact (narratief)
- Of bovenop bestaande pathologie of beperkingen

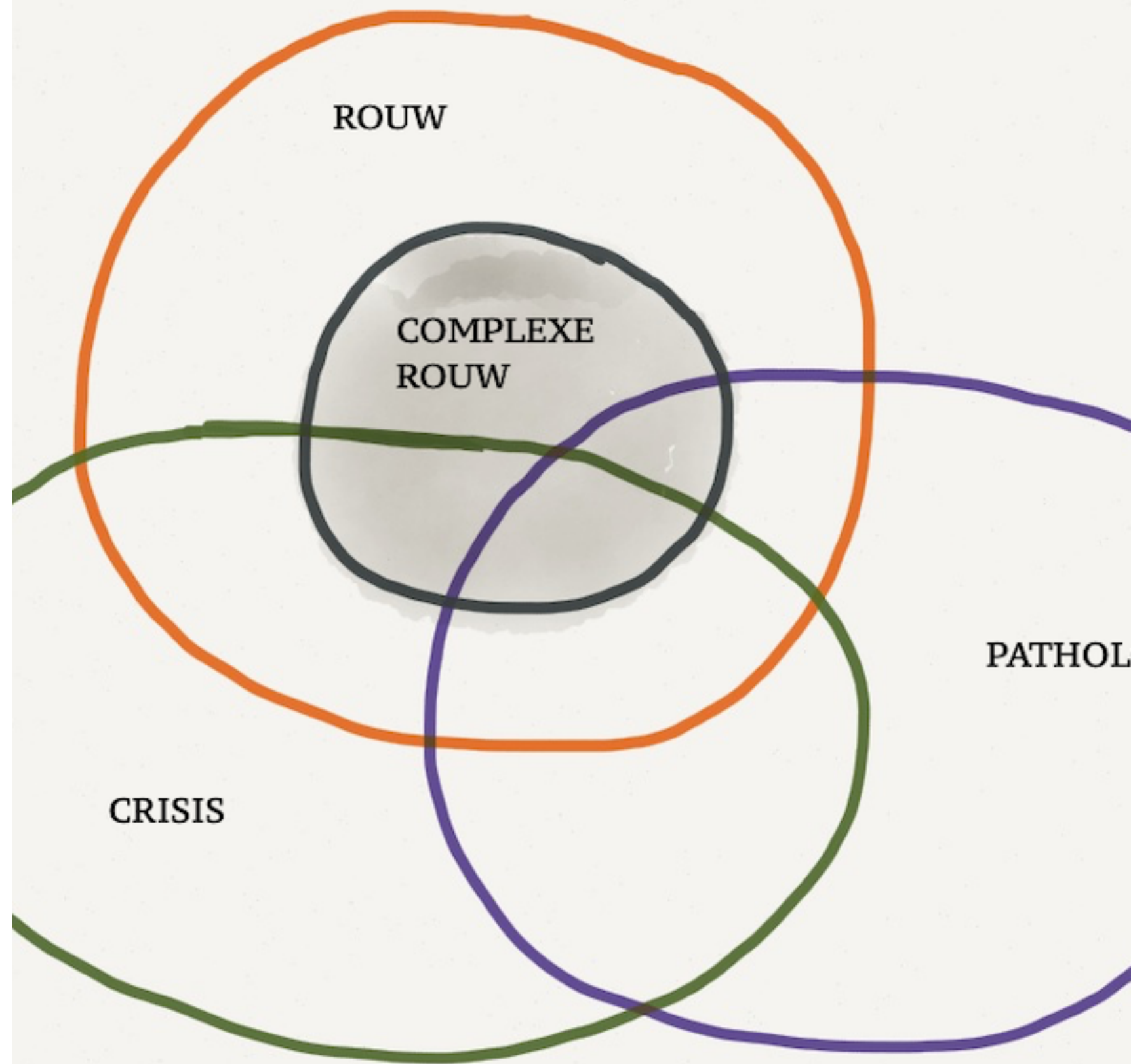
Pathologische rouw

- Extreme verkramping/verlamming
- Waanvorming
- Langdurig ernstige symptomen
- Een ineensstorten van iemand's psychologisch functioneren

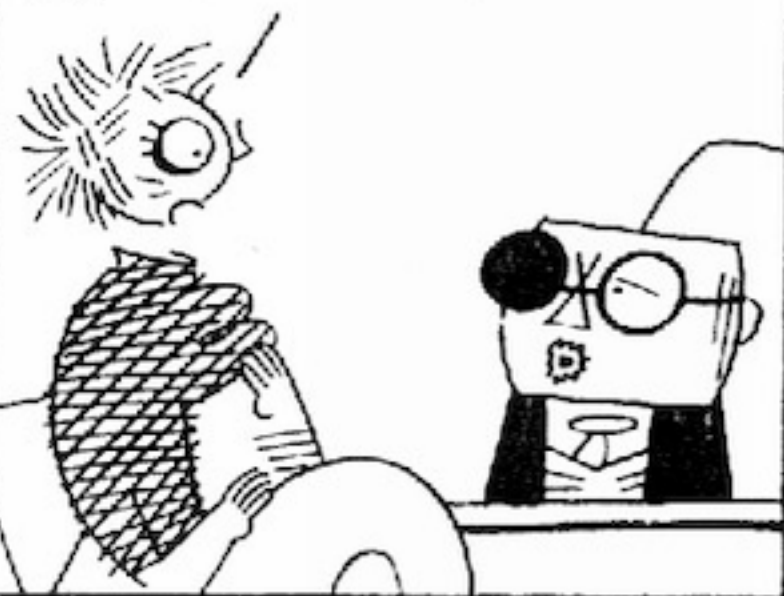


Overlappende syndromen

- Normale rouw
- Psychiatrische stoornissen
- Crisis
- **Complexe combinaties**



Ik heb al jaren geen seks
meer gehad. Geen zin.
De mannen waar ik ver-
liefd op werd hebben me
allemaal misbruikt.



Vorig jaar is mijn vader
voor mijn ogen overreden
en mijn moeder heb ik een
maand geleden begraven.
Kanker.



Ik heb alle banden met
mijn familie verbroken en
zit thuis, bang om naar
buiten te gaan of de
telefoon op te nemen.

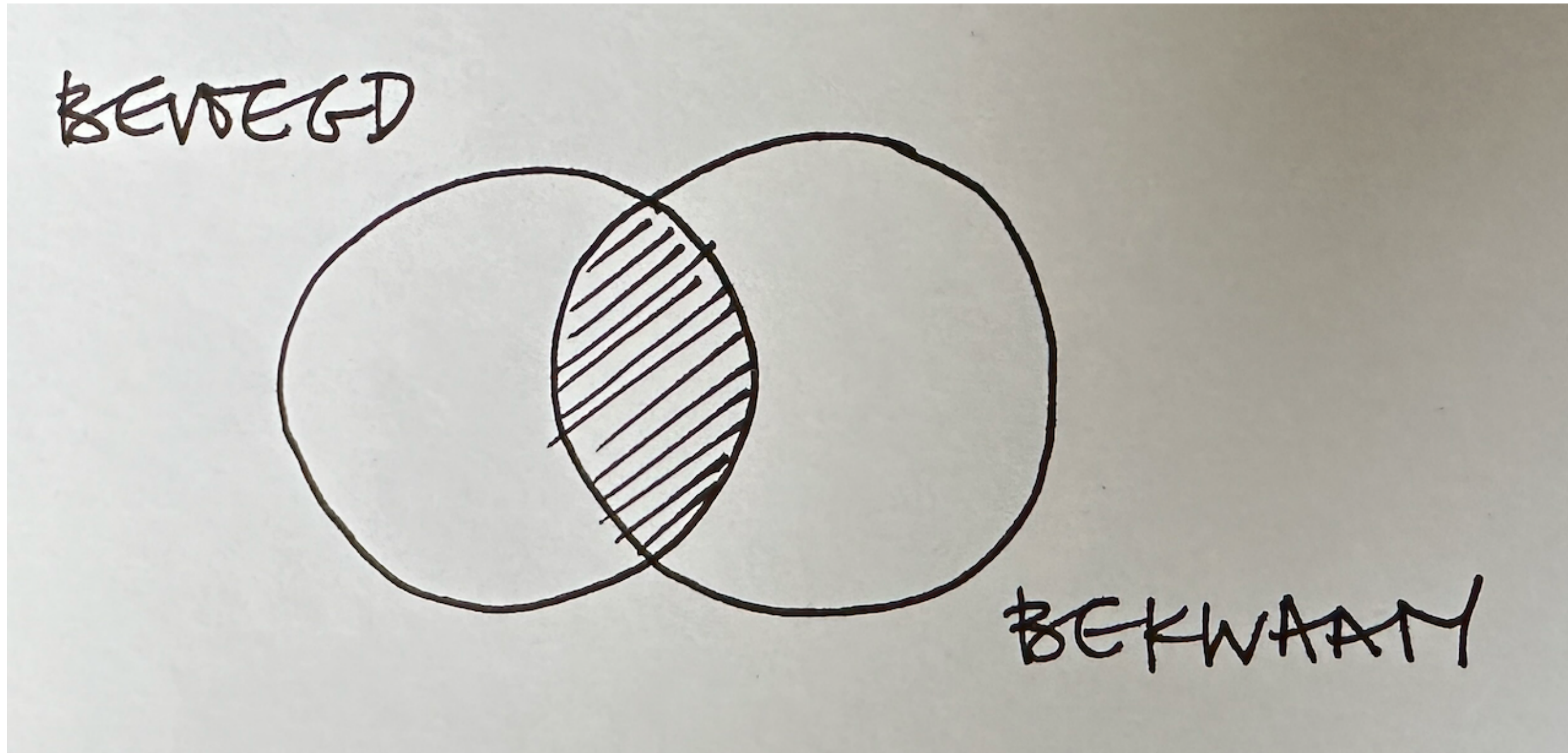


Als het wat beter
met u gaat zal ik u
graag behandelen.



580311

imposteur's syndroom bevoegd en bekwaam



Wanneer verwijzen?

- Te gevaarlijk
- Te ingewikkeld
- Te langdurig



Take home message

- Levend verlies is een variant van aanpassing
- Presentie, proces, procedure
- Draagkracht, draaglast
- De persoon in crisis

